Monika Coaching en Advies

“It takes both sides to build a bridge”

Wie ben ik?

Bedrijfsmaatschappelijk werk
Budget coaching
Re-integratie
(Job)coaching

- Contact als *basis*
- Van contact naar *verbinding*
- Van verbinding naar *vertrouwen*
- Kernwaarden
  - Openheid
  - Duidelijkheid
  - Acceptatie zonder oordeel
  - Gelijkwaardigheid
  - Veiligheid

Lid van de beroepsvereniging en handelend volgens de beroepscode van het BPSW.

Wat doe ik?

Ik richt mij op de werkgever én werknemer waar het gaat om het bieden van maatwerkoplossingen in re-integratie, budget coaching, (job)coaching en bedrijfsmaatschappelijk werk.

Mijn ruime kennis en ervaring zet ik mij in om ondersteuning te bieden bij financiële, werk gerelateerde en bedrijfsmaatschappelijke hulpvragen.

Omdat problemen niet zelden ontstaan vanuit een onstabiele thuissituatie bied ik begeleiding in het inzichtelijk maken van financiën en schulden, het herstellen van een gezond evenwicht in werk- en privé en re-integratie na verzuim.

Bedrijfsmaatschappelijk werk

Het begeleiden van werknemers met problemen die zich in de dagelijkse werk- en privésituatie voordoen.

Op een concrete en praktische wijze draagt bedrijfsmaatschappelijk werk bij aan de oplossing van deze problemen.

Ik vervul een ondersteunende rol in samenwerking met andere op personeel gerichte disciplines binnen de organisatie zoals het lijnmanagement zelf, HR, en/of bedrijfsgeneeskundige zorg.

Mijn plaats binnen de organisatie is onafhankelijk en neutraal en neemt geen formele en (be)oordelende positie binnen de hiërarchie van de organisatie in. Ik heb een begeleidende, signalerende en adviserende rol.

De benadering is gericht op:

- Vertrouwelijkheid
- Zelfbeschikkingsrecht van de werknemer
- Gelijkwaardigheid
- Wederzijdse acceptatie en respect
- Verantwoordelijkheid

Problemen

- In werkrelaties ten gevolge van verstoorde arbeidsverhoudingen;
- In de privésfeer, bv. op gebied van relatie, financiën en verlieservaringen;
- Voortkomend uit (langdurig) ziekteverzuim en/of werkhervatting;
- Veranderingsprocessen binnen de organisatie;
- ongewenste omgangsvormen;
- stress ten gevolge van hoge werkdruk.

Chronische stress

Hoe beïnvloedt chronische stress ons vermogen om doelgericht te handelen?

Levensvaardigheden zoals plannen, organiseren, focus houden, en in staat zijn tot zelfcontrole.

Bewust zijn van de situatie en flexibel kunnen reageren als de omstandigheden wijzigen.

Ervaren van chronische stress is de manier waarop je reageert op de situatie die je tegenkomt.

Mensen die chronische stress ervaren zijn moeilijker in staat om zichzelf te organiseren, doelen te stellen, plannen te maken en/of afspraken na te komen.

Vertrouwen

Veiligheid ervaren is een belangrijke voorwaarde om in gesprek te kunnen gaan over het probleem.

Vanuit een open luisterende houding, geen oordeel, oprecht contact en verbinding ontstaat vertrouwen en vanuit het gevoel zich gesteund te voelen ontstaat samenwerking!

- Signaleren
- Probleem herkennen
- Oplossing
- Een praktisch voorbeeld (casus)

Methoden

- Oplossingsgericht : wat ziet de werknemer als de gewenste situatie?
- Taakgericht hulpverlenen: de werknemer activeren om handelend op te treden.
- (Stress) counseling : een inzicht gevende spiegelende en psychodynamische aanpak.
- Coaching: het leren van (rol)gedrag en ondersteunen van de werknemer bij het leerproces.
- RET (Rationeel Emotieve Therapie): om bewust te worden van irrationele gedachten en invloed op gedrag.
- Conflict hantering: begeleiding en bemiddeling, vertrouwen en communicatie bevorderen.
- Trauma opvang en nazorg: verwerking van schokkende gebeurtenissen en bevorderen van stabiliteit en gevoel van veiligheid.

Doel

Fases:

- Kennismaking
- Intake
- Probleemverkenning
- Analyse en vaststellen hulpvraag
- Vaststellen hulpaanbod
- Begeleiding
- Afronding

Het (preventief) terugdringen van arbeidsverzuim en werkhervatting mogelijk maken.
Het verminderen van werkdruk en belasting bij collega’s die het arbeidsverzuim opvangen.
Het opbouwen en vergroten van een positieve werkbeleving.

Investering en wat levert het op?

- Goed personeelsbeleid;
- Gezond arbeidsklimaat;
- Meer productiviteit;
- Meer betrokkenheid;
- Goede werksfeer;
- Duurzaamheid;
- Minder ziekteverzuim.

Referenties

“Ze heeft mij goed geholpen als budgetcoach waardoor ik nu meer inzicht heb in mijn inkomsten en uitgaven”

”Ze is een veelzijdige vrouw met veel ambitie. Ze bruist van energie en brengt dit over over op cliënten en collega’s”

“Het beste uit de werknemer halen staat voorop. Met haar enthousiasme en vrolijkheid is zij heel toegankelijk voor mensen. Niets is te gek voor haar en altijd op zoek naar een oplossing.”

“Mede door jou heeft mijn leven een compleet andere wending gekregen”.

“ Een uitstekende communicatie en zeer goede begeleiding, zowel in privé als werksituaties”.

”Mijn financiën gaan door de werkwijze die zij mij heeft uitgelegd, zeer goed. Ik heb veel van haar geleerd.”

“Ik vond de wachttijd voor een eerste afspraak heel kort en fijn, zodat je snel aan de slag kon gaan en de problemen waar je mee zit niet groter worden.”

“Op een eerlijke, resultaatgerichte en vriendelijke manier weet zij verbinding te maken met de mens en organisatie.”

Koffie?

Monika Rol

06-13382299

info@monikacoachingenadvies.nl

www.monikacoachingenadvies.com

https://www.linkedin.com/in/monikacoachingenadvies/

Monika Coaching en Advies

tot ziens!